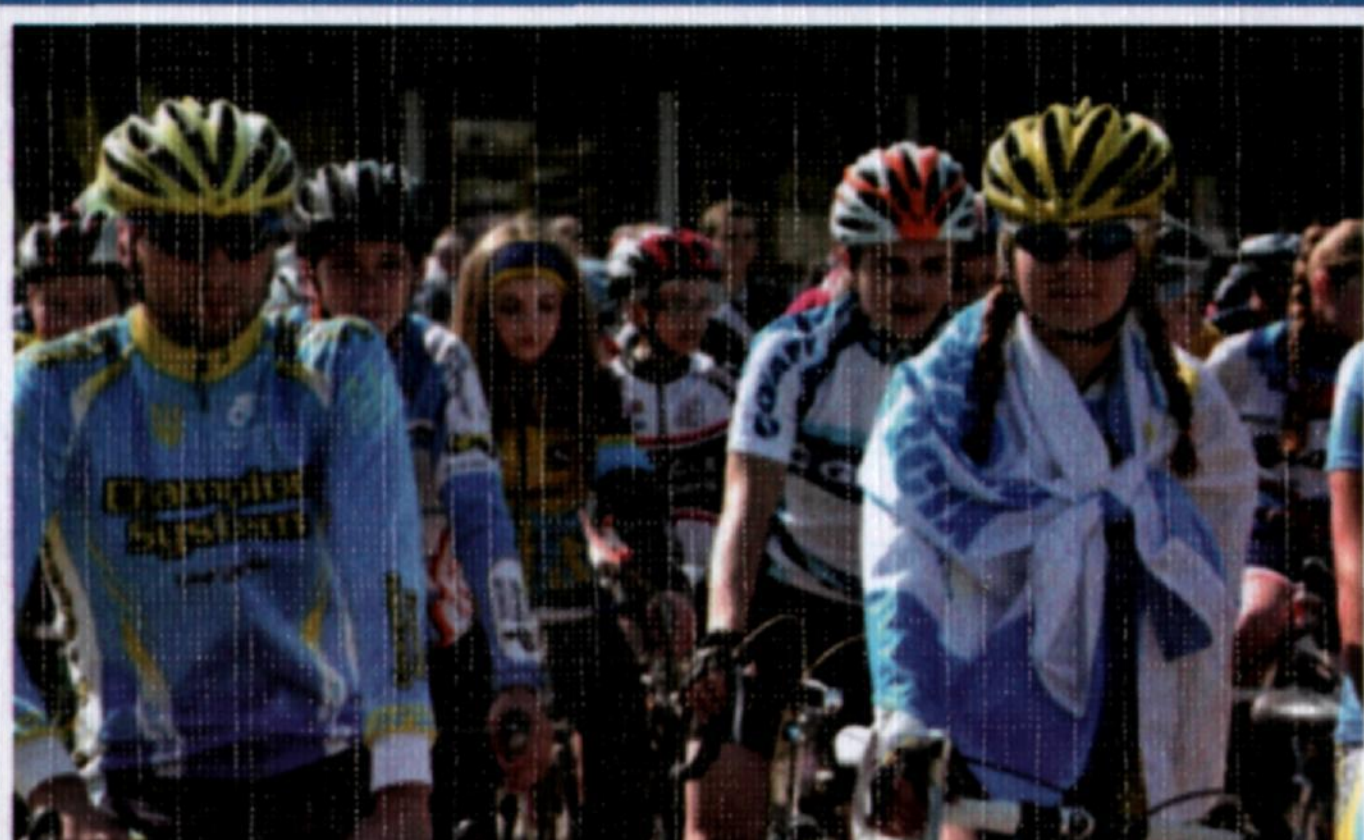


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

СТУДЕНТСЬКА СПОРТИВНА НАУКА — 2015

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ
І Всеукраїнської студентської
науково-практичної конференції

20 травня 2015 р.



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

СТУДЕНТСЬКА СПОРТИВНА НАУКА – 2015

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ
І Всеукраїнської студентської
науково-практичної конференції**

20 травня 2015 р.

**Житомир
Вид-во «Рута» – 2015**

УДК 796.378
ББК 75.74.58
С 88

*Рекомендовано до друку вченою радою
Житомирського державного університету імені Івана Франка
(протокол № 10 від 29 травня 2015 р.)*

Рецензенти:

Свиридюк В.З. – док. мед. наук, проф., Житом. ін.-т медсестринства;

Ахметов Р.Ф. – д.н. з фіз. вих. і спорту, професор, ЖДУ ім. І. Франка;

Романчук В.М. – к.н. з фіз. вих. і спорту, професор, ЖВІ ім. С.П. Корольова.

Студентська спортивна наука – 2015: збірник наукових праць І Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. – Житомир: Вид-во «Рута», 2015. – 224 с.

У збірнику подаються результати теоретичних, прикладних та науково-методичних досліджень магістрантів і студентів із широкого спектру питань фізичної культури і спорту. Видання розраховане на студентів, магістрантів та викладачів фізичного виховання.

Редакційна колегія:

Сейко Наталія Андріївна – проректор з наукової та міжнародної роботи ЖДУ імені Івана Франка, д.п.н., професор;

Шевчук Андрій Володимирович – проректор з навчально-методичної та виховної роботи, к. і. н., доцент;

Кутек Тамара Борисівна – декан факультету фізичного виховання і спорту, д.н. з фіз. вих. і спорту, доцент;

Ахметов Фустам Фагімович – зав. кафедри теорії і методики фізичного виховання, д.н. з фіз. вих. і спорту, професор;

Грибан Григорій Петрович – зав. каф. фізичного виховання та рекреації, д.п.н., професор;

Яворська Тетяна Євгенівна – зав. кафедри олімпійського і професійного спорту, к.н. з фіз. вих. і спорту, доцент;

Корнійчук Наталія Миколаївна – зав. каф. медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту, к.біолог. н., доцент;

Крук Микола Зенонович – доцент каф. фізичного виховання та рекреації, к.п.н.;

Вовченко Інна Іванівна – доцент каф. теорії і методики фізичного виховання, к.н. з фіз. вих. і спорту;

Романчук Віктор Миколайович – професор кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту ННП ЖВІ ім. С.П. Корольова, к.н. з фіз. вих. і спорту;

Шаверський Віктор Костянтинович – доц. каф. олімп. і проф. спорту, к.н. з фіз. вих. і спорту.

*Матеріали друкуються в авторській редакції. За достовірність фактів,
власних імен та інші відомості відповідають автори публікацій.
Думка редакції може не збігатися з думкою авторів.*

© ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

ЗМІСТ

<i>Амелічкіна В.В., Шевчук Т.В.</i> Рухова активність школярів – запорука здорового способу життя.....	8
<i>Арсенюк Р.М.</i> Значення аеробіки у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів.....	11
<i>Базилевич О.С., Картюк О.В., Хохла А.І.</i> Взаємозв'язок між показниками фізичного розвитку та функціональної підготовленості студентів.....	13
<i>Батирсва А.О., Жуковський Є.І.</i> Сучасні тенденції технічної підготовки фехтувальників.....	20
<i>Бекаса В. А. Бекас О.О. Вацук А. І. Распутіна Л.В.</i> Формування фізичного стану школярів під впливом занять легкоатлетичними стрибками.....	23
<i>Бобер А.А., Яблонська А.М.</i> Здоровий спосіб життя як фактор зміцнення і оздоровлення організму студентської молоді.....	31
<i>Бовсуповська М.О., Корнійчук Н.М., Шевчук Д.В.</i> Профілактика захворювань хребетного стовпа засобами фізичного виховання.....	34
<i>Бовсуповський А.М., Шаверський В.К.</i> Педагогічний контроль за рівнем фізичної підготовленості футболістів на початковому етапі підготовки.....	37
<i>Боровська Т.В., Р.Ф. Ахметов</i> Теоретико-методичні засади розвитку фізичних здібностей в учнів молодшого шкільного віку.....	39
<i>Гагіна Л.В., Крук А.З.</i> Плавання як засіб профілактики та лікування захворювань дихальної системи.....	44
<i>Гекалюк С.В., Чернуха І.С.</i> Особливості функціонування гепатобіліарної системи спортсменів.....	47
<i>Гилун І.О., Ляшевич А.М.</i> Вплив здорового способу життя на фізичний стан здоров'я людини.....	50
<i>Горбанюк О.М., Крук М.З.</i> Фізичні навантаження як фактор впливу на організм людини.....	53
<i>Грищук В.В., Осипенко В.Є.</i> Основи зовнішньої балістики в настільному тенісі.....	55

<i>Зайцев В.В., Грибан Г.П.</i> Науково-теоретичне обґрунтування методики розвитку витривалості у студентів під час самостійних занять.....	62
<i>Захарченко М.О., Кузнецова Л.І.</i> Анімаційний туризм як засіб рекреаційно – оздоровчої діяльності учнів 5 класів...	67
<i>Заяць М., Переходько І.В., Симонюк А.А., Кузнецова О.Т.</i> Оздоровчі технології у змісті здоров'язбережувального освітнього простору вищого навчального закладу.....	71
<i>Іскоростенський М.А., Блажисевський Г.В.</i> Проблеми здоров'я та здорового способу життя молоді в сучасних умовах.....	77
<i>Кліменчук Д.В.</i> Методи оцінки функціонального стану організму.....	79
<i>Козлюк З.С., Дзензелюк Д.О.</i> Негативні чинники впливу на інтерес студентів-аграріїв до самостійних занять з фізичного виховання.....	82
<i>Кока Є.О., Грибан Г.П.</i> Історія розвитку фізичної культури і спорту в місті Коростишеві.....	85
<i>Кравчишина Г.О., Вергелюк А.І.</i> Спорт і фізичне виховання у Німеччині.....	91
<i>Лакіза А.А., Тунік Н.Ц.</i> Передумови ефективної організації самостійної роботи студентів з фізичного виховання.....	94
<i>Лисюк Ю.С., Вовченко І.І.</i> Стан здоров'я дітей середнього шкільного віку.....	97
<i>Марцун Б.В., Яворська Т.Є.</i> Удосконалення витривалості футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки...	100
<i>Мацапура Т.В., Крук А.З.</i> Олімпійські рекорди: вагомість часу.....	106
<i>Мягченко О.С.</i> Особенности использования средств гиревого спорта	109
<i>Орловська В.Й., Яблонська А.М.</i> Вплив фізичних вправ на організм людини.....	112
<i>Пашков Д.Ю., Грибан Г.П.</i> Оптимізація розвитку фізичних здібностей студентів у процесі самостійних занять фізичними вправами.....	114
<i>Петренко М.В., Романчук Т.П., Пампура М.М.</i>	

Функціональні показники серцево-судинної системи у дітей середнього шкільного віку, що займаються айкідо...	119
<i>Петров Д.В., Саранча М.П.</i> Програма планування фізичної підготовки гандболістів.....	124
<i>Погоріла Г.В., Петрук Л.А.</i> Визначення основних захворювань та організація занять зі студентами спеціальної медичної групи.....	128
<i>Порозінська Ю.П., Нестеренко Я.М., Блажисевський Г.В.</i> Розвиток координаційних здібностей студентів у процесі фізичного виховання.....	132
<i>Простокішин М.В., Міклуш В.П.</i> Особливості оцінки рівня фізичної працездатності студентів вищих навчальних закладів.....	135
<i>Рекша С.А., Погребенник Л.І.</i> Тенденція розвитку фізичної культури і спорту в європейських країнах у період між Першою і Другою світовими війнами.....	138
<i>Ричок Т.М., Коробейніков Г.В.</i> Реакція варіабельності ритму серця у борців на стандартну ортостатичну пробу..	140
<i>Самолук М.В.</i> Фізичне виховання та спорт у вищих навчальних закладах Польщі.....	146
<i>Сасовська В.І., Костюк Ю.С.</i> Проблеми фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку.....	148
<i>Семеній В.В., Сіпіва М.О.</i> Формування у дітей молодшого шкільного віку інтересу до занять фізичною культурою засобами аеробіки.....	152
<i>Семенчук В.І., Підгурська О.П., Кузнецова О.Т.</i> Оцінка режиму та якості харчування студентів-спортсменів університету.....	157
<i>Сергійчук Я.М., Білаш О.Ю.</i> Розвиток фізичної культури і спорту в навчальних закладах півдня України на початку ХХ століття.....	164
<i>Ситникова М.А., Айуңз В.І.</i> Формування здорового способу життя засобами фізичної культури.....	167
<i>Смовж М.А., Яворська Т.Є.</i> До питання удосконалення технічної підготовки стрільців засобами сучасних тренажерів.....	171
<i>Соколовська А.А., Шаверський В.К.</i> Вплив фізичної	

підготовки дзюдоїстів на показники технічної майстерності.....	175
<i>Соловецька М.А., Ковальчук А.Г.</i> Роль рухової активності у здоровому способі життя студентської молоді.....	179
<i>Ткачук Н., Мельниченко О.Я.</i> Особливості темпу фізичного розвитку та функціонального віку у осіб юнацького віку.....	181
<i>Устименко Д.М., Грищук С.М.</i> Розвиток координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.....	186
<i>Ушкаленко О.А.</i> Мотивація студентів до занять фізичною культурою у вищих навчальних закладах.....	189
<i>Федоренко Л.В.</i> Пілатес – «тіло створюється розумом»..	197
<i>Хамуляк Х.М., Длугош І.Б., Соломонко А.О.</i> Силова підготовка студентів за допомогою тренажерів.....	199
<i>Хлопотнова О.В., Крук М.З.</i> Використання спортсменами-плавцями методу гіпоксичного тренувальня.....	206
<i>Чорний В.В., Кульчицька І.А.</i> Впровадження нетрадиційних технологій в процес фізичного виховання учнів середніх класів.....	209
<i>Шепелев О.О., Яворська Т.Є.</i> Удосконалення техніки виконання кидків із різної відстані в баскетболі.....	213
<i>Юценко К.А., Ковальчук О.В., Кукушкіна А.С.</i> Засоби фізичного виховання при захворюваннях органів зору.....	216
<i>Ячник М.Є., Гирин А.А., Весельська М.В.</i> Роль лікувальної фізичної культури при лікуванні дисплазії кульшового суглоба у дітей.....	220

ТЕНДЕНЦІЯ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇНАХ У ПЕРІОД МІЖ ПЕРШОЮ І ДРУГОЮ СВІТОВИМИ ВІЙНАМИ

С.А. Рекша, Л.І. Погребенник

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Постановка проблеми. Перша світова війна поклала початок загальній кризі капіталістичної системи. Загострення протиріч капіталізму у всіх областях громадського життя, посилення класової боротьби, ріст революційного і національно-визвольного руху вплинули на розвиток фізичної культури і спорту в міжвоєнний період. Це призвело до утворення двох різних напрямків в області фізичної культури і спорту – соціалістичного і буржуазного, що стало головною особливістю розвитку фізичної культури і спорту між I і II світовими війнами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Європейський спортивний рух знаходився в 1914 році на порозі свого розвитку. Хоча проведення міжнародних зустрічей спортсменів, створення міжнародних федерацій по видах спорту, олімпійські ігри займали своє місце на рубежі століть. Останні великі міжнародні легкоатлетичні змагання відбулися 4 серпня 1914 році, тобто в той час, коли вже почали лунати перші постріли [2]

За кілька тижнів до початку війни спортивна громадськість відзначила в Парижі 20-річчя утворення міжнародного олімпійського товариства. Під час торжеств багато говорилося про завіти древніх греків, про мир. Красиві слова так і залишилися порожніми фразами.

Після початку I світової війни в німецьких газетах говорилося про можливість проведення Олімпійських ігор у Берліні в 1916 році, однак незабаром німецький оптимізм згас. Спортивне життя в Європі майже згасло. Вкрай рідко проводилися змагання в Європейських країнах, тому що спортсмени змушені були надіти на себе військову форму.

Міжнародні зв'язки спортсменів Радянського Союзу були обмежені зустрічами зі спортсменами різних робочих спортивних організацій. Важливу роль у цьому зіграло утворення в 1921 році

в Москві Червоного спортивного інтернаціоналу. У 1913 році в м. Генті (Бельгія) була розпочата спроба створення Міжнародного робочого спортивного центру, куди ввійшли би керівники спортивних союзів Німеччини, Франції, Бельгії, Австро-Угорщини.

Процес оформлення міжнародної робочої спортивної організації проходив у складній обстановці розколу в робочому русі. Наявність II, опортуністичного, реформістського Інтернаціоналу і III, комуністичного Інтернаціоналу обумовило виникнення двох центрів в управлінні робочим спортом у світі [2].

У 1920 р. у Люцерні (Швейцарія) відбувся конгрес робітників спортивних організацій Німеччини, Австрії, Франції, Бельгії, Угорщини Фінляндії й інших країн, на якому був затверджений Міжнародний робочий союз спорту і фізичного виховання – Люцернський спортивний інтернаціонал (ЛСІ).

У 1921 році в Москві був скликаний новий міжнародний конгрес робочих спортивних організацій, де були присутні делегати Радянського Союзу, Чехословаччини, Німеччини, Франції, Угорщини, Фінляндії, Італії й ін. країн. На конгресі був заснований Міжнародний союз робочо-селянських організацій фізичної культури – Червоний спортивний інтернаціонал. Головою КСІ був обраний Н.І. Подвойський. До 1926 року були підписані угоди про співробітництво з 75 країнами, що передбачають проведення спортивних змагань, обмін делегаціями і т. д. [1, с. 57]. Протягом всього міжвоєнного періоду між ЛСІ і КСІ велася завзята політична й ідеологічна боротьба.

Результати досліджень та їх обговорення. Таким чином, у світі утворилося два міжнародні робітничі спортивні інтернаціонали, що принципово розрізнялися по своїм цілях і задачах. У більшості країн були організовані їхні спортивні секції. Одні з них знаходилися під впливом ЛСІ, інші – КСІ.

У 1925 році Люцернський спортивний інтернаціонал організував I спортивну робочу Олімпіаду у Франкфурті-на-Майні. Радянських спортсменів на цю олімпіаду не допустили. Спортивна блокада була перервана лише в 1927–1928 р. на зимовому святі спорту в Норвегії. У 1928 році спортсмени ЛСІ брали участь у I Спартакіаді в Москві (612 спортсменів з 14 країн).

В II олімпіаді робітників-спортсменів у 1931 році у Відні, присвяченій до відкриття з'їзду II Інтернаціоналу, спортсмени КСІ також не брали участі [2, 4].

У 1934 році в Парижі відбувся великий міжнародний анти-фашистський зліт спортсменів, що об'єднав представників двох міжнародних спортивних організацій. З приходом фашизму до влади в Німеччині робочі спортивні організації були розпущені. Керівники ЛСІ стали говорити про спільне проведення змагань і співробітництво.

Література

1. Енциклопедия спорта. – М., 1993. – 587 с.
2. История физической культуры и спорта / Под общ. ред В.В. Столбова. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 315 с.
3. История физической культуры и спорта / Под общ. ред В.В. Столбова. – М.: Просвещение, 1989. – 288 с.
4. Кун Л. Общая история физической культуры и спорта. – М.: Веселка, 1982. – 599 с.

РЕАКЦІЯ ВАРІАБЕЛЬНОСТІ РИТМУ СЕРЦЯ У БОРЦІВ НА СТАНДАРТНУ ОРТОСТАТИЧНУ ПРОБУ

Т.М. Ричок, Г.В. Коробейніков

*Національний університет фізичного виховання
і спорту України*

Постановка проблеми. У спортивному тренуванні борців значне місце займає фізична підготовка та функціональні можливості організму. Для цілеспрямованого управління навчально-тренувальним процесом і своєчасного внесення до нього відповідних корективів тренерам необхідно вести контроль за руховою підготовленістю, фізичною працездатністю та функціональними можливостями серцево – судинної системи, без чого неможливо правильно побудувати навчально-тренувальні заняття.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний етап розвитку спортивної боротьби характеризується подальшими змінами правил змагань, спрямованих на зростання видовищності

Наукове видання

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ
I Всеукраїнської студентської науково-практичної
конференції**

**СТУДЕНТСЬКА
СПОРТИВНА НАУКА – 2015**

20 травня 2015 р.

Відповідальний за випуск Г.П. Грибан

Комп'ютерна верстка та макетування Г.П. Грибана

Підписано до друку 15.06.2015. Формат 60x84/16

Гарнітура "Times New Roman". Папір офс. № 1

Ум. друк. арк. 13,44.

Наклад 100 прим. Зам. №

Віддруковано в ПП "Рута"

10014, м. Житомир, вул. М. Бердичівська, 17-а

Реєстраційне свідоцтво про внесення в Державний реєстр

Серія ДК № 364 від 14.01. 2010 р.